ШКОЛА ГАСТРОНОМА

№19 (141) октябрь 2009

журнал для тех, кто любит готовить

















■ салат из сельди ■ закусочный торт с перцами ■ баклажаново-кабачковая икра ■ тыквенный суп с острыми крутонами ■ зеленый борщ ■ мясная запеканка с картофелем и овощами ■ рагу из гуся ■ куриная печенка со сливовой подливой ■ рататуй ■ минтай с лимонами и зеленью ■ кофейные косички ■ творожная запеканка с изюмом ■ луковый хлеб ■ яблочные кексы ■ яблочный хрен

ISSN 1728-6948
9 771728 694000
09019

Дорогие друзья!
Урожай яблок, кабачков и тыкв в этом году просто потрясающий! Мы получаем десятки писем, в которых наши читатели спрашивают, как лучше всего его сохранить.
С кабачками и тыквами проблемы нет – они прекрасно хранятся даже при комнатной температуре в течение 2–3 месяцев.
С яблоками сложнее. Без потерь можно сохранить только поздние сорта. Нужно завернуть каждое яблоко в бумагу и разложить в один ряд в прохладном помещении. Ранние сорта лучше переработать, сварив из них варенье или джем или сделав вино или уксус. Кстати, замечательные рецепты по консервированию яблок вы найдете в «Книге Гастронома. Про заготовки». Она еще есть в продаже.
Желаем успехов.

Ваша редакция







условные обозначения

- вегетарианское питание
- блюда, которые подходят для детей **
- легкие рецепты
- рецепты средней сложности
- рецепты для опытных кулинаров
- M≈ блюда, которые можно готовить в микроволновой печи
- Maggi блюдо, приготовленное с помощью продуктов МАГГИ®
- * полезный совет

** Нас часто спрашивают, можно ли давать детям блюда, приготовленные с использованием алкоголя. Все зависит от рецепта. Если это замаринованное в вине и водке мясо, которое затем запекается в духовке в течение 2 ч, то безусловно можно. За два часа от алкоголя останется только приятный аромат. Если же это пропитанные коньяком или портвейном бисквитные коржи, то такой торт стоит предлагать только взрослым.

содержание





салат из сельди

Время приготовления: 20 мин.
Порций: 4





ЧТО НУЖНО:

- **2** филе сельди
- **3** черешка сельдерея
- **по 1** яблоку и грейпфруту
- **50 г** пармезана
- **4** листа салата-латука
- **1** желток
- **1 ч. л.** горчицы
- **1** зубчик чеснока
- **2 ст. л.** густой сметаны
- **2 ст. л.** лимонного сока

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Филе сельди, сыр и яблоко нарезать небольшими кубиками, сельдерей – тонкими ломтиками, салат – соломкой. Разложить зеленый салат по тарелкам.

2 Приготовить заправку. Чеснок измельчить. Растереть желток с горчицей, чесноком, сметаной и лимонным соком.

3 Мякоть грейпфрута вырезать из пленок, мелко нарезать. Перемешать ингредиенты салата, можно уложить на подушку из салатных листьев. Полить салат заправкой или подать ее отдельно.



закусочный торт с перцами

ЧТО НУЖНО:

- **125 г** сливочного масла
- **1** стакан муки
- **5 ст. л.** крахмала
- **3 ст. л.** молока
- соль

Для начинки:

- **300 г** мягкого козьего сыра
- **2** сладких перца разного цвета
- **100 г** сливочного масла
- **200 г** сметаны
- **1** пучок базилика
- **2** яйца
- соль, перец

Время приготовления: 1 час 40 мин.
Порций: 8













ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Приготовить тесто. Охлажденное сливочное масло нарезать очень маленькими кубиками. Просеять в миску муку, крахмал и соль. Добавить масло. Растереть массу руками до консистенции хлебных крошек. Добавить холодное молоко. Вымесить тесто.

2 Круглую невысокую форму смазать маслом и слегка присыпать мукой. Тесто раскатать в круг, выложить в форму, закрыв дно и бортики, подравнять края. Накрыть пленкой и поставить в холодильник на 30 мин.

3 Яйца взбить на водяной бане со щепоткой соли и перца в пышную пену.

4 Яичную массу немного остудить, смешать с козьим сыром.

5 Сливочное масло размягчить, взбить со сметаной и добавить в яичную смесь. Базилик мелко нарезать, добавить в начинку. Перцы вымыть, нарезать вдоль на 6 частей, удалив сердцевину.

6 Разогреть духовку до 200 °С. На тесте сделать частые проколы вилкой. Поставить форму в духовку на 15 мин. Достать форму из духовки, наполнить начинкой, а сверху вдавить кусочки перцев разного цвета. Приправить солью и перцем. Снизить температуру духовки до 180 °С и выпекать еще 45 мин.



баклажаново-кабачковая икра

ЧТО НУЖНО:

- **3** баклажана
- **3** кабачка
- **2** луковицы
- **4** зубчика чеснока
- **1** веточка тимьяна
- **1** веточка базилика
- **3 ст. л.** растительного масла
- соль, перец

Время приготовления: 40 мин.
Порций: 12

ЧТО ДЕЛАТЬ:

Это блюдо можно приготовить из мякоти баклажанов и кабачков, оставшихся после приготовления рататуя (см. рецепт на стр. 18)

1 Лук и чеснок очистить, измельчить. Мякоть баклажанов и кабачков очень мелко нарезать.

2 Разогреть в сотейнике масло, обжарить лук и чеснок, 6 мин. Добавить баклажаны и кабачки, тимьян, соль и перец по вкусу. Готовить на небольшом огне 20 мин.

3 Листики базилика измельчить, добавить в икру. Перемешать, сразу же снять с огня. Можно подавать горячей или холодной.


1


2


3


СПОНСОР РЕЦЕПТА
Данакор

тыквенный суп с острыми крутонами

ЧТО НУЖНО:

- **1 кг** тыквы
- **500 г** помидоров
- **6** зубчиков чеснока
- **1** веточка розмарина
- **1** красная луковица
- **1,2 л** овощного бульона
- **4 ст. л.** растительного масла
- • соль, перец по вкусу

Для крутонов:

- **12** ломтиков французского багета
- **1** зубчик чеснока
- **1** красный перчик чили
- **1** желток
- **1 ст. л.** красного винного уксуса
- **5 ст. л.** растительного масла
- **100 г** тертого швейцарского сыра

Время приготовления: 1 час 15 мин.
Порций: 6

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Тыкву очистить от семян и волокон. Помидоры вымыть. Лук очистить. Поместить тыкву, помидоры, неочищенные зубчики чеснока, лук и розмарин на противень, полить маслом и поставить в разогретую до 220 °С духовку на 35 мин. В середине приготовления овощи перевернуть.

2 Мякоть тыквы положить в блендер, добавить очищенные от кожи помидоры и лук. Выдавить из кожицы чеснок. Измельчить овощи в пюре.

3 Переложить пюре в кастрюлю, влить бульон и довести до кипения. Приправить солью и перцем. Снять с огня, накрыть крышкой.

4 Приготовить крутоны. Чеснок и чили измельчить, растереть в ступке с большой щепоткой соли.

5 Переложить смесь в миску, добавить яичный желток и уксус. Взбить венчиком. Продолжая взбивать, понемногу добавлять масло.

6 Смазать соусом кусочки багета, выложить на противень и запекать в духовке 5 мин. Готовые крутоны посыпать тертым сыром. Суп разлить по тарелкам и подать с горячими крутонами.

КСТАТИ

Данакор® – уникальный кисломолочный продукт компании Данон, который снижает уровень холестерина в крови и помогает вам заботиться о здоровье вашего сердца и сосудов. Данакор® содержит натуральный растительный компонент Фитонатуралис®, который частично блокирует всасывание холестерина из кишечника в кровь и увеличивает выведение холестерина из организма.





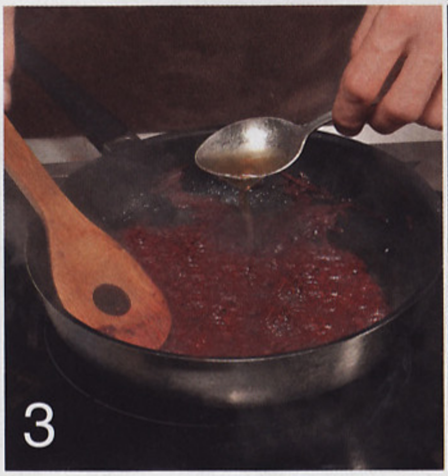

СПОНСОР РЕЦЕПТА
Campbell's
Домашняя Классика

зеленый борщ

Время приготовления: 30 мин.
Порций: 4











ЧТО НУЖНО:

- **1** **упаковка (375 мл) говяжьего бульона с опятами Campbell`s Домашняя Классика**
- **1** средняя свекла
- **1** картофелина
- **75 г** мелкорубленого замороженного или 100 г свежего шпината
- **50 г** измельченного свежего или 2 ст. л. консервированного щавеля
- **2 ст. л.** растительного масла

ЧТО ДЕЛАТЬ:



1 Перелить **говяжий бульон с опятами Campbell`s Домашняя Классика** в кастрюлю. Добавить 750 мл воды. Довести до кипения.

2 Свеклу очистить и натереть на крупной терке.

3 Разогреть в сковороде масло и, помешивая, обжарить свеклу, 5 мин. Влить 5–6 ст. л. бульона, накрыть крышкой. Тушить на медленном огне 15 мин. Если в процессе тушения бульон выкипит, а свекла все еще будет недостаточно мягкой, добавить еще немного воды и продолжать тушить.

4 Картофель очистить, нарезать кубиками со стороной 1,5 см. Всыпать картофель в кипящий бульон. Готовить 12 мин., до мягкости картофеля.

5 Положить в кастрюлю измельченные шпинат и щавель, добавить тушеную свеклу. Прогреть суп 3 мин. Снять с огня.

Подавать со сметаной и свежей рубленой зеленью.

КСТАТИ

Свекла занимает одно из первых мест в обеспечении организма макро- и микроэлементами: фосфором, калием, кальцием, кобальтом, молибденом. Но больше всего в свекле йода, необходимого для правильной работы щитовидной железы и улучшения памяти.


Maggi
На правах рекламы

мясная запеканка с картофелем и овощами

ЧТО НУЖНО:

500 г	говяжьего фарша
900 г	картофеля
1	зеленый сладкий перец
2	луковицы
2	зубчика чеснока
1	морковка
100 г	сыра пармезан
2 ст. л.	муки
450 мл	мясного бульона
80 мл	молока
2 ч. л.	**МАГГИ® СУПЕР ПРИПРАВЫ 10 ОВОЩЕЙ**
1,5 ст. л.	сливочного масла
2 ст. л.	томатного пюре
2 ст. л.	растительного масла
2	лавровых листа
•	соль, перец

Время приготовления: 1 час 10 мин.
Порций: 6













ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Лук, чеснок и морковь очистить. Из перца удалить сердцевину. Лук и чеснок порубить, морковь и перец мелко нарезать. В сковороде разогреть масло, положить овощи и обжаривать их, помешивая, 10 мин. Добавить фарш и готовить, помешивая, на сильном огне до коричневого цвета.

2 Посыпать **МАГГИ® СУПЕР ПРИПРАВОЙ 10 ОВОЩЕЙ**. Добавить томатное пюре и муку. Готовить еще 2–3 мин.



3 Влить бульон, положить лавровый лист. Тушить на небольшом огне 10 мин. Снять с огня, лавровый лист удалить.

4 Отварить картофель в кипящей подсоленной воде. Воду слить, картофель размять в пюре. Добавить молоко и сливочное масло, приправить солью и перцем, тщательно перемешать.

5 Разогреть духовку до 200 °С. Переложить фарш с овощами в форму для запекания, сверху покрыть слоем картофельного пюре.

6 Сыр натереть на крупной терке, посыпать им запеканку. Поставить форму на противень и запекать 25 мин., до золотистой корочки.

СОВЕТ ОТ МАГГИ®:

В следующий раз попробуйте в этом рецепте заменить картофель отварными макаронами. А начинку можно сделать практически из любых овощей, которые есть под рукой. Готовить такую запеканку совсем не трудно, а выглядит она всегда эффектно и идеально подходит для семейного ужина.



рагу из гуся

ЧТО НУЖНО:

- **1** гусь весом примерно 4 кг
- • сок 1 лимона
- **2 ч. л.** соли
- **2 ч. л.** молотой паприки
- **2** большие луковицы
- **2** большие морковки
- **2** репы
- **2** головки чеснока
- **8** картофелин
- **3** веточки тимьяна
- **1** стакан красного сухого вина

Время приготовления: 2 часа 50 мин.
Порций: 6–8

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Гуся вымыть, обсушить, при необходимости опалить. Разделать на порционные куски.

2 Смешать лимонный сок с солью и паприкой. Натереть этой смесью куски гуся со всех сторон. Разогреть сухую сковороду, выложить куски гуся кожей вниз и жарить на сильном огне 5 мин. Слить вытопившийся жир. Перевернуть куски на другую сторону и готовить еще 5 мин. Шумовкой переложить в утятницу или в кастрюлю с толстым дном. Сковороду с оставшимся жиром отставить.

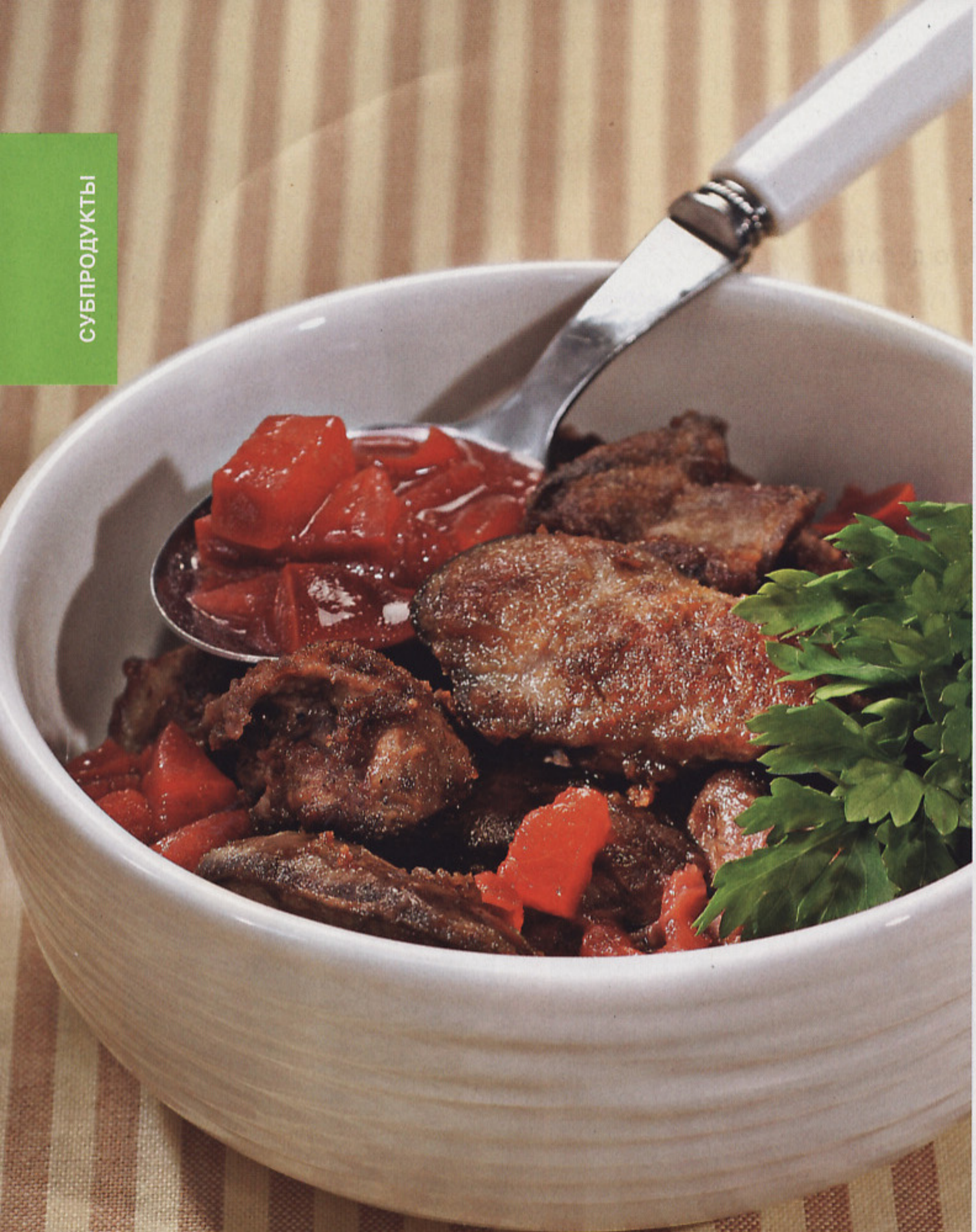
3 Смешать вино с 1 стаканом воды, влить в кастрюлю с гусем. Поставить кастрюлю без крышки в разогретую до 220 °С духовку. Через 30 мин. понизить температуру духовки до 180 °С, кастрюлю накрыть. Готовить 1 ч.

4 Лук очистить и нарезать полукольцами. Морковь, репу и картофель очистить, нарезать брусочками.

5 Разогреть отставленную сковороду с гусиным жиром. Обжарить лук и морковь, 4 мин. Добавить репу и картофель. Готовить, помешивая, еще 6 мин. Снять с огня, приправить солью и перцем. Положить обжаренные овощи в кастрюлю с гусем.

6 Чеснок очистить от верхнего слоя шелухи. Разрезать каждую головку поперек на 2 части и добавить к гусю. Посыпать листиками тимьяна и вернуть в духовку еще на 1 ч.





куриная печенка со сливовой подливой

ЧТО НУЖНО:

500 г	куриной печенки
2 ст. л.	муки
4	крупные сливы
4 ст. л.	сахарной пудры
200 мл	белого полусладкого вина
1 ст. л.	сливочного масла
•	растительное масло для обжаривания
•	соль, перец по вкусу

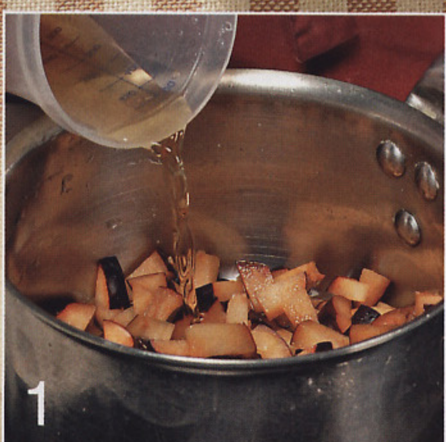
Время приготовления: 35 мин.
Порций: 4

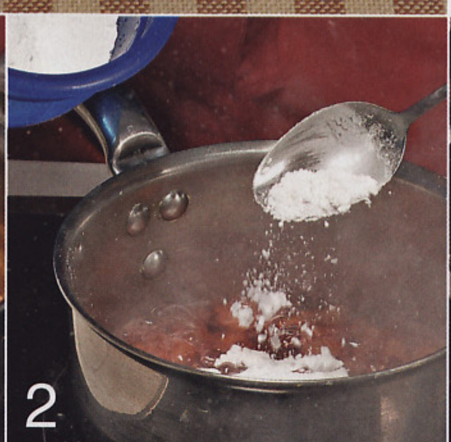
ЧТО ДЕЛАТЬ:

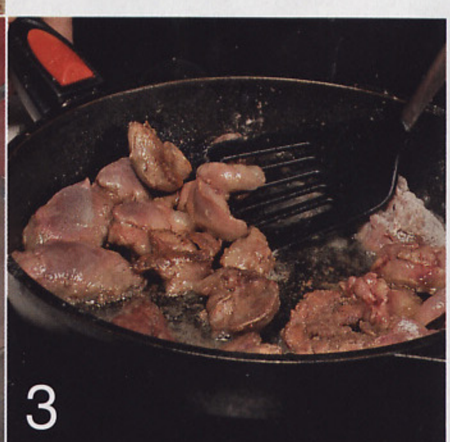
1 Приготовить подливу. Сливы вымыть, нарезать небольшими кусочками, удалив косточки. Поместить в сотейник, влить вино и довести до кипения. Уменьшить огонь до среднего и готовить без крышки, пока вино не выпарится наполовину.

2 Добавить сахарную пудру, перемешать и готовить 5 мин. Положить сливочное масло, еще раз перемешать и снять с огня. Накрыть и оставить в теплом месте.

3 Печенку вымыть, тщательно обсушить и обвалять в муке. Обжарить в разогретом растительном масле, 8 мин. Посолить, поперчить. Переложить на блюдо и полить сливовой подливкой.


1


2


3



Папуля!
Угадай, как мы с мамой готовим пельмени?
(ЗАПЕКАЕМ)
Maggi®
Нарежьте ветчину.
1
Смешайте МАГГИ НА ВТОРОЕ® для Пельменей по-уральски с водой и сметаной.
2
Выложите на противень замороженные пельмени, ветчину, залейте смесью, посыпьте сыром.
3
Запекайте в разогретой до 200 °С духовке в течение 30 минут.
4
Maggi®
НОВИНКА
НА ВТОРОЕ
для ПЕЛЬМЕНЕЙ ПО-СИБИРСКИ, запеченных в сметане с грибами
Вам потребуется:
• 500 г замороженных пельменей
• 5 ст. л. сметаны
• 150 г шампиньонов
• 50 г сыра
100% ВКУСА
БЕЗ КОНСЕРВАНТОВ
Maggi®
НОВИНКА
НА ВТОРОЕ
для ПЕЛЬМЕНЕЙ ПО-УРАЛЬСКИ, запеченных в сметане с ветчиной
Вам потребуется:
• 500 г замороженных пельменей
• 5 ст.л. сметаны
• 100 г ветчины
• 50 г сыра
100% ВКУСА
БЕЗ КОНСЕРВАНТОВ
Реклама. Товар сертифицирован.


СПОНСОР РЕЦЕПТА
Данакор

рататуй



ЧТО НУЖНО:

по 3	баклажана и кабачка
2	красных перца
по 1	веточке базилика, сельдерея, петрушки
10	маслин без косточек
•	растительное масло
•	соль, перец

Для соуса:

500 г	помидоров
1	луковица
1	зубчик чеснока
50 мл	растительного масла
2 ч. л.	винного уксуса
1	бутон гвоздики

Время приготовления: 1 час 20 мин.
Порций: 6

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 С баклажанов и кабачков срезать кожицу со слоем мякоти 1 см, нарезать кубиками со стороной 1 см, разложить по разным мискам. (Оставшуюся мякоть использовать для приготовления икры – см. рецепт на стр. 6). Баклажаны присыпать солью, оставить на 10 мин., затем промыть теплой водой и обсушить. Перцы нарезать такими же кубиками. Маслины измельчить.

2 На помидорах сделать крестообразный надрез, опустить по одному в кипящую воду на 30 сек., затем переложить в холодную и снять кожицу. Разрезать каждый плод пополам и удалить семена. Мякоть мелко нарезать.

3 Лук и чеснок измельчить, обжарить в разогретом масле, 10 мин.

4 Добавить помидоры и гвоздику, довести до кипения. Готовить на небольшом огне 30 мин. Влить уксус, снять с огня и оставить под крышкой.

5 Разогреть в сковороде 2 ст. л. масла, обжарить баклажаны, 4 мин. Переложить на салфетки. В этой же сковороде, добавив немного масла, обжарить кабачки, 2 мин., и переложить на салфетки. Затем обжарить перцы, 2 мин., и тоже выложить на салфетки.

6 Поместить все обжаренные овощи в сотейник, добавить измельченную зелень и маслины. Влить томатный соус, перемешать и прогреть на среднем огне до нужной температуры. При необходимости добавить соль и перец.

РЫБА

минтай с лимонами и зеленью

Время приготовления: 35 мин.
Порций: 2


1


2




3

ЧТО НУЖНО:

- **4** небольших филе минтая (по 100 г каждое)
- **2** лимона
- **2** веточки тархуна
- **1** пучок укропа
- **2** веточки петрушки
- **25 г** миндаля
- **4 ст. л.** растительного масла
- соль, перец по вкусу

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Лимоны очистить, нарезать тонкими кружками. Всю зелень измельчить. Миндаль обжарить на сухой разогретой сковороде, 5 мин., дать остыть, затем порубить ножом в крошку.

2 Форму для запекания застелить промасленным пергаментом. Положить 2 филе минтая, распределить по ним кружки лимонов и измельченную зелень, присыпать орехами.

3 Накрыть оставшимися филе. Слегка посолить и поперчить, полить оставшимся маслом и поставить в разогретую до 200 °С духовку на 20 мин.





кофейные косички

ЧТО НУЖНО:

- **1,5** стакана муки
- **60 г** сливочного масла
- **3 ст. л.** готового кофе
- **60 г** сахарной пудры
- **1** яйцо

Время приготовления: 2 часа
Количество: 15 штук

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Смешать просеянную муку с маслом, яйцом, сахарной пудрой и вымесить тесто. Разделить его на 2 равные части. Одну часть оставить как есть, в другую добавить кофе. Вымесить кофейное тесто еще раз, до получения однородного цвета. Завернуть в пищевую пленку и положить обе части в холодильник на 1 ч.

2 Противень смазать растительным маслом. Скатать из белого и коричневого теста шарики диаметром примерно 3,5 см. Раскатать их в тонкие колбаски длиной 15 см.

3 Переплести белые и коричневые колбаски в косички. Выложить на противень, поставить в разогретую до 190 °C духовку и выпекать 15 мин.

Calvé

когда вкусно по-настоящему!

Когда Вы готовите для близких и друзей, важно, какой майонез Вы выбираете, ведь от этого зависит вкус любимой еды. **Calve Французский** такой вкусный и густой, что сделает особенным любое блюдо и идеально подойдёт как для приготовления салатов, так и для приготовления бутербродов.

Предлагаем Вам порадовать себя и близких восхитительными блюдами, приготовленными по рецепту шеф-повара компании «Юнилевер Русь»!

Приятного аппетита!





Рецепты от шеф-повара компании «Юнилевер Русь» Константина Оганезова. Специально для торговой марки Calve.





Осенний салат с хлебом

Промыть и нарезать салатные листья. Помидоры, лук, редиску и огурцы нарезать колечками. Нарезать кубиками кусочки белого хлеба (желательно чёрствого). Добавить его к овощам. Бальзамический уксус и майонез перемешать с овощами и хлебом. Дать пропитаться хлебу 5 минут.

Ингредиенты (на 4 порции):

- Салатные листья - 200 г
- Овощей по 100 г
- Половина батона белого хлеба (чёрствого)
- Бальзамический уксус - 40 г
- Майонез Calve Французский - 100 г

Клубный сэндвич с индейкой

Бекон, тонко нарезанное филе индейки и куриные яйца обжарить до готовности на сковороде с минимальным количеством масла.

3 ломтика хлеба слегка подсушить в духовом шкафу или тостере. Каждый кусок смазать майонезом и положить на него лист салата.

На первый кусок хлеба выложить готовый бекон и яйцо.

Помидоры нарезать кружками, маринованные огурцы нарезать на тонкие пластины, выложить овощи на второй кусок хлеба. Накрыть этим куском хлеба бекон с яйцом.

На третий кусок выложить индейку и перевернуть его салатными листьями вниз. Скрепить 4-мя деревянными зубочистками. Надеть на зубочистки маслины. Можно разрезать перед подачей на 2 или 4 части. Подавать с любым салатом.

Ингредиенты (на 4 порции):

- Хлеб для тостов - 3 ломтика
- Индейка - 50 г
- Бекон - 40 г
- Свежие помидоры - 60 г
- Маринованные огурцы - 30 г
- Салат - 3 листа
- Маслины без косточек - 4 шт.
- Майонез Calve Французский - 2 ст. л.





творожная запеканка с изюмом

Время приготовления: 45 мин.
Порций: 10





ЧТО НУЖНО:

- **1 кг** творога
- **5** яиц
- **200 г** сметаны
- **1** стакан сахара
- **100 г** изюма без косточек
- **1** лимон, только цедра
- **5 ст. л.** муки
- **0,5 ч. л.** разрыхлителя

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Взбить творог со сметаной, яйцами и сахаром. Добавить просеянную с разрыхлителем муку и еще раз взбить.

2 С лимона снять мелкой теркой цедру. Изюм промыть теплой водой. Добавить в творожную массу цедру и изюм, перемешать.

3 Форму для выпекания застелить пергаментом, выложить получившуюся массу, разровнять поверхность. Запекать в заранее разогретой до 180 °С духовке 35 мин.

Кулинарные заметки: Венгрия

Как правило, первое, что приходит на ум, когда речь заходит о Венгрии, — это автобусы марки «Икарус» и зеленый горошек в баночках…

Однако автобусы и горошек забудутся, как только Вам представится случай поближе познакомиться с национальной кухней. Потом даже о жареной печени Вы сможете восторженно рассказывать часами. Единственный народ, которому венгры согласны уступить пальму первенства в области кулинарии, — это французы. Хотя в глубине души они все-таки уверены в своем превосходстве. И не зря! Одно перечисление национальных блюд уже вызывает аппетит: куриный паприкаш с галушками, уха с острым перцем, лапша с творогом, а также слоеные пироги с вишней и маком… Ограничить себя мадьяры, как называют себя сами венгры, соглашаются только накануне Рождества, когда на столе разрешены только постные блюда, причем в нечетном количестве.

Благодаря турецкому, итальянскому, французскому и, конечно же, австрийскому влиянию венгерская кухня приобрела свой узнаваемый неповторимый колорит. Считается, что такое блюдо, как паприкаш, является примером гармонии 5 вкусов: сладкого, кислого, соленого, горьковатого и острого. Интересно, что, прогулявшись по ресторанчикам Будапешта, где проживает пятая часть всего населения страны, можно не встретить ни одного повторяющегося рецепта одного и того же блюда, в том числе и гуляша. Каждый повар стремится изменить привычный рецепт по собственному желанию. Кстати, редкое блюдо обходится без спелых томатов, также широко используются и соусы на их основе.

Даже привычные блюда приобретут яркий вкус с помощью кетчупа Calve «Мадьярский», сделанного из созревших на солнце помидоров с добавлением настоящего чеснока, лука, петрушки и черного перца! Новая технология производства позволяет обойтись без консервантов, поэтому кетчупы Calve подойдут и тем, кто тщательно относится к выбору продуктов на своем столе.

Рецепт от Calve: Гуляш по-мадьярски

Необходимые продукты:

Мякоть говядины .... 600 г
Масло топленое .... 2 ст. ложки
Лук репчатый .... 2 головки
Бульон или вода .... 500 г
Кетчуп Calve «Мадьярский» .... 2–3 ст. ложки
Капуста квашеная .... 800 г
Тмин молотый .... 1 ч. ложка

Способ приготовления:

Мясо нарежьте кубиками и обжарьте на разогретом масле. Добавьте рубленый лук и обжаривайте, пока он не подрумянится. Влейте бульон, добавьте кетчуп Calve «Мадьярский». Тушите мясо под крышкой до готовности. Положите капусту и тушите еще примерно 10 минут. Перемешайте, доведите до кипения. При подаче выложите гуляш на тарелку, гарнируйте отварным рисом или картофельным пюре.

Приятного аппетита!



Важно знать:
в помидорах содержится вещество ликопин – антиоксидант, который благотворно влияет на организм человека!





луковый хлеб

ЧТО НУЖНО:

3	стакана муки
1	стакан молока
8 г	сухих дрожжей
1 ч. л.	соли
1 ст. л.	сахара
1	яйцо
2 ст. л.	сметаны
3	луковицы
60 мл	нерафинированного подсолнечного масла
3 ст. л.	растительного масла

Время приготовления: 2 часа
Порций: 20

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Приготовить опару. Смешать дрожжи и 1 ст. л. муки. Влить в большую миску теплое молоко, добавить соль и сахар, тщательно перемешать до полного растворения. Всыпать смесь муки и дрожжей, размешать. Миску накрыть и поставить в теплое место на 20 мин.

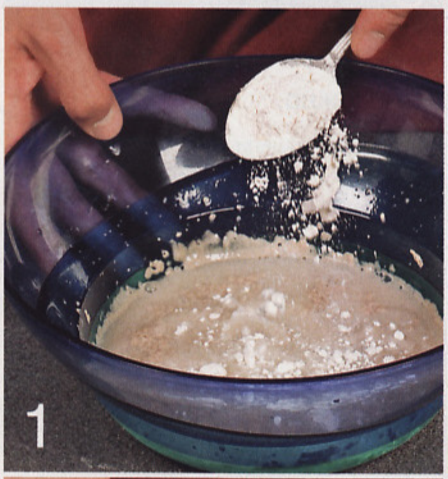
2 Лук очистить, нарезать кубиками. Обжарить лук в разогретом растительном масле до золотистого цвета, 7 мин. Добавить по щепотке соли и сахара, перемешать и дать остыть.

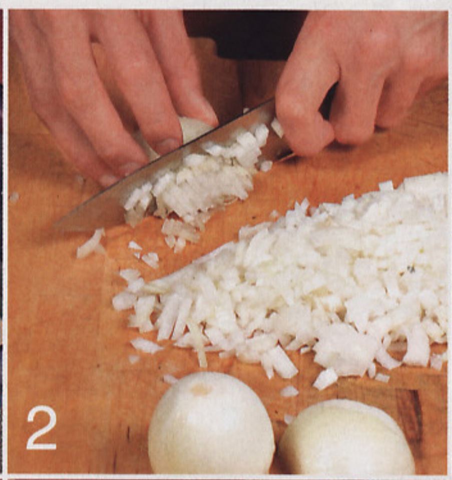
3 Добавить в опару обжаренный лук, яйцо, сметану и половину подсолнечного масла.

4 Постепенно всыпая в опару просеянную муку, вымесить мягкое тесто. В конце добавить 1 ст. л. оставшегося масла. Тесто накрыть и оставить подниматься. Через 30 мин. обмять и оставить еще на 15 мин.

5 Еще раз обмять тесто. Скатать его в шар и положить на противень, застеленный пергаментом. Накрыть полотенцем и дать постоять 15 мин. Придать тесту форму каравая.

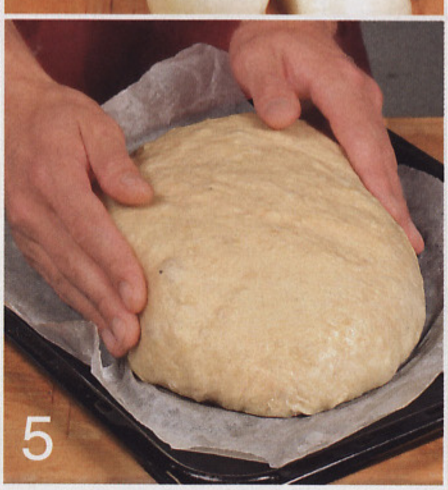
6 Оставшееся подсолнечное масло подогреть и смазать им поверхность хлеба. Сделать сверху 3–4 надреза. Поставить в разогретую до 200 °C духовку **Hotpoint-Ariston** на 30 мин. Вынуть хлеб из духовки, накрыть полотенцем и дать постоять 1 ч.

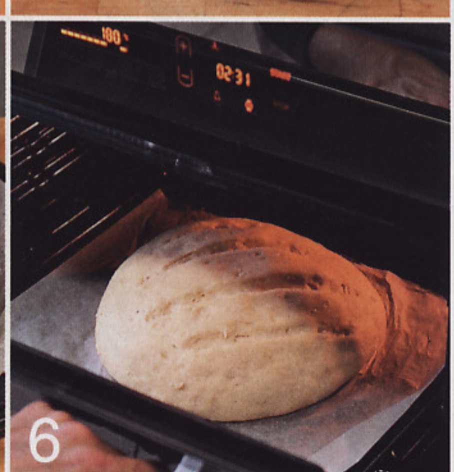

1


2


3


4


5


6

яблочные кексы

Время приготовления: 40 мин.
Количество: 12 штук









ЧТО НУЖНО:

- **160 г** пшеничной муки
- **200 г** мелких овсяных хлопьев
- **1** яблоко
- **100 г** изюма
- **100 г** сахара
- **1** яйцо
- **250 мл** молока
- **80 мл** растительного масла

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Яблоко очистить от кожуры и натереть на крупной терке, удалив сердцевину. Изюм промыть теплой водой.

2 Смешать просеянную муку, овсяные хлопья, сахар, яблоко и изюм. В отдельной миске взбить яйца с маслом и молоком. Влить в мучную смесь. Вымесить тесто.

3 Разложить тесто по смазанным маслом формочкам для кексов. Выпекать в разогретой до 170 °С духовке 30 мин.

яблочный хрен

ЧТО НУЖНО:

- **4** яблока
- **2 ст. л.** воды
- тертая цедра 0,5 лимона
- **1 ч. л.** сахара
- **3 ст. л.** свеженатертого хрена
- **1 ч. л.** лимонного сока
- **1 ч. л.** сливочного масла

Время приготовления: 20 мин.
Порций: 10

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Яблоки очистить и крупно нарезать, удалив сердцевину. Сложить в кастрюльку, залить небольшим количеством воды, добавить лимонную цедру и сахар. Варить на слабом огне до мягкости. Дать немного остыть.

2 Переложить яблоки в блендер, измельчить в пюре.

3 Смешать яблочную массу с хреном и лимонным соком. Охладить.

Если хотите подать яблочный хрен теплым, добавьте к нему сливочное масло. Можно подать хрен с мясом, колбасными изделиями или рыбой.





1



2



3



в следующих номерах журнала **«КОЛЛЕКЦИЯ РЕЦЕПТОВ»**





пирожки





новый номер выйдет 4 октября

Благодарим за помощь в проведении съемок магазин Williams&Oliver

ШКОЛА ГАСТРОНОМА

№ 19 (141), октябрь 2009
выходит 2 раза в месяц

Издатель: ООО «Бонниер Пабликейшенз»

Адрес редакции: 125993, Москва, Волоколамское ш., д. 2,
тел./факс: (495) 725-1070,
e-mail: mail@phbp.ru
www.gastronom.ru
www.gastromag.ru

Президент Наталья Чернышева
Генеральный директор Елена Трухина
Шеф-редактор Андрей Захарин

РЕДАКЦИЯ:
координатор проекта Ирина Мосолова
главный художник Ирина Лещенко
отв. секретарь Ольга Пахтусова
фотограф Вадим Жадько
бильдредактор Сергей Ткаченко
дизайнеры-верстальщики Максим Новрузов, Сергей Ткаченко
редакторы Александр Ильин, Алла Сергеева, Анна Туревская
веб-редакторы Екатерина Гурова, Юлия Товбина
корректоры Любовь Никифорова, Вера Чернявская
повара-консультанты Олег Туркин, Константин Жук

Исполнительный директор Ольга Ткалич

Отдел рекламы:
директор по рекламе Марина Мамина,
заместитель директора Жанна Русакова,
Ольга Каткова,
Ольга Козырева,
Елена Кузьмичева,
Елена Матвеева,
тел.: (495) 725-1071

Отдел маркетинга:
директор Эльмира Нагаева,
Зоя Галишникова,
Надежда Лыжникова,
тел.: (495) 725-1070

Отдел дистрибуции:
директор Сергей Татаркин,
менеджеры: Андрей Телингатер,
Александр Шалимов,
Наталия Писклина,
Татьяна Катрач,
Альфия Амеркаева,
тел.: (495) 725-1070
по подписке Юлия Ремезова,
тел.: (495) 792-5562

Заместитель генерального директора по правовым вопросам Илья Иванов

Руководитель отдела IT Дмитрий Васильев

Техническая поддержка: Михаил Афанасьев,
Игорь Долманов,
«Свет Компьютерс»,
тел.: (495) 795-0295

Предпечатная подготовка:
руководитель отдела Екатерина Панюшкина
Вера Давыдкина,
Светлана Кузина,
Любовь Попова,
Виктор Фролкин,
Олег Шифрин

Отдел спецпроектов
руководитель отдела Лариса Машталер,
Ольга Гриценко,
Ольга Старикова

Типография: «Алмаз-пресс» (Москва)
Тираж: 182 000 экз.
Цена свободная

Автор макета: Ирина Лещенко
Фото на обложке: Вадим Жадько

Издание зарегистрировано в Федеральной службе по надзору в сфере массовых коммуникаций, связи и охраны культурного наследия. Свидетельство о регистрации средства массовой информации ПИ № ФС77-32210 от 09.06.2008 г.